

令和1年

11月の予定献立表

※食物アレルギーのある児童・生徒は、給食を食べる前に裏面の「詳細献立表」で内容を必ず確認しましょう。家庭・学校において毎日確認してください。

賞味期限	体内での消化に要する時間
賞味期限	血や肉、骨をつくる
賞味期限	骨や肉、骨をつくる
賞味期限	骨や肉、骨をつくる

学校給食の栄養基準	小学校	650	21.1~32.5	14.4~21.7
-----------	-----	-----	-----------	-----------

こんだて	給食目標 ○感謝の気持ちを持って食事をしよう		栄養目標 ○カや熱のもとになる食品についてしよう		
あか	給食目標		栄養目標		
き	給食目標		栄養目標		
みどり	給食目標		栄養目標		
こんだて	4(月)	5(火)	6(水)	7(木)	8(金)
あか	4(月)	5(火)	6(水)	7(木)	8(金)
き	4(月)	5(火)	6(水)	7(木)	8(金)
みどり	4(月)	5(火)	6(水)	7(木)	8(金)
こんだて	11(月)	12(火)	13(水)	14(木)	15(金)
あか	11(月)	12(火)	13(水)	14(木)	15(金)
き	11(月)	12(火)	13(水)	14(木)	15(金)
みどり	11(月)	12(火)	13(水)	14(木)	15(金)
こんだて	25(月)	26(火)	27(水)	28(木)	29(金)
あか	25(月)	26(火)	27(水)	28(木)	29(金)
き	25(月)	26(火)	27(水)	28(木)	29(金)
みどり	25(月)	26(火)	27(水)	28(木)	29(金)

給食だより 11月

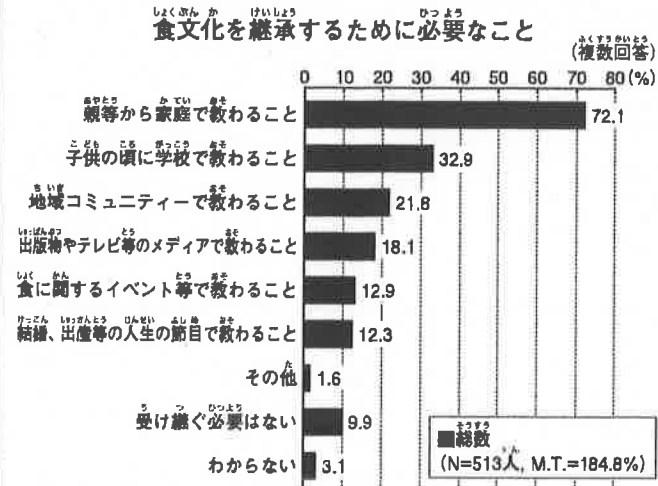
秋も深まってきました。今月は、「勤労感謝の日」や「和食の日」があります。こうした日を迎えるにあたって、動植物などの自然の恩恵への感謝と共に、生産者をはじめ、食に携わる人々への感謝の気持ちをあらわし、和食文化の継承の大切さを考える機会としてはいかがですか。

11月24日は「和食の日」 受け継いでいこう和食文化

和食は、2013(平成25)年12月に「和食：日本人の伝統的な食文化」としてユネスコ無形文化遺産に登録されました。和食は多様で新鮮な食材が用いられ、素材の味わいを生かした調理がされています。また一汁三菜を基本としていることから栄養バランスがよく、健康的な食生活になっています。そして、自然の美しさを表現し、年中行事とも深いかかわりがあります。家庭の中で和食のよさや食文化について話し合ってみてください。



Dataで見る食育 ▶▶▶ 食文化の継承



郷土料理や伝統料理など、地域や家庭で受け継がれてきた料理や味、はしづかいなどの食文化の継承は、食の味・作法を受け継いでいるか聞いたところ、「受け継いでいる」は69.3%、「受け継いでいない」は28.1%でした。左のグラフは「受け継いでいない」と回答した人に食文化を継承するために必要なことをたずねたもので、家庭で伝えることが大切と考えている人が多いことがわかります。

※Nは質問に対する回答者数で、100%が何人の回答に相当するかを示す比率算出の基数である。M.T.(Multiple Total)は回答数の合計を回答者数(N)で割った比率であり、通常その値は100%を超える。 出典:「食育に関する意識調査報告書」農林水産省 平成31年3月

感謝して食べよう! 「いただきます」「ごちそうさま」

食事の時に、みなさんはきちんと「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしていますか? 「いただきます」は、生き物の命をいただくことへの感謝の気持ちを伝える言葉です。また、「ごちそうさま」にはおいしい食事をつくるために駆け回ってくださった人々への感謝の意味が込められています。毎日の食事の時には、きちんとあいさつをしましょう。

